

## Причина и следствие

Исследования показывают, что употребление и злоупотребление наркотиками и/или алкоголем часто являются фактором, приводящим к несчастным случаям, следствием которых может быть черепно-мозговая травма.

Если злоупотребление продолжается после черепно-мозговой травмы, негативные последствия увеличиваются и могут вызвать более медленное восстановление после черепно-мозговой травмы, дальнейшие проблемы с балансировкой, ходьбой, речью, возрастание агрессивного и антиобщественного поведения, а также большие трудности с концентрацией и памятью.

Злоупотребление психоактивными веществами увеличивает депрессию и может увеличить риск возникновения судорог. Злоупотребление наркотиками и алкоголем также повышает вероятность получения другой черепно-мозговой травмы.

## Помощь и ресурсы

Первый шаг для человека с депрессией или злоупотребляющего психотропными веществами – признать существующую проблему.

Если вы или ваш любимый человек проявляет признаки депрессии или злоупотребления алкоголем или наркотиками, создает финансовые, юридические, медицинские или другие проблемы, пришло время обратиться за помощью.

Ассоциация лечения травм головного мозга штата Массачусетс (BIA-MA) может предоставлять информацию и ресурсы, связанные с психиатрией, психотерапевтами, реабилитационными центрами, программами лечения зависимости и многое другое.

Вопросы? Звоните в информационный и ресурсный центр Ассоциации лечения травм головного мозга (BIA-MA) на линию для пожилых (844) 839-7154 или на электронную почту [elders@biama.org](mailto:elders@biama.org).



Реабилитационная комиссия штата Массачусетс (РКМ), через свою программу по лечению черепно-мозговых травм в штате (ПЧМТШ), предложила проект для штата «Улучшение системы по уходу за пожилыми людьми с черепно-мозговой травмой».

Этот проект был разработан для выполнения целей по реализации в штате Программы партнерства для лечения черепно-мозговых травм Управлением ресурсными сервисами здравоохранения. ПЧМТШ является ведущим учреждением по управлению данным проектом.



BIA-MA является частной, некоммерческой организацией, которая обеспечивает: оказание **поддержки** пострадавшим от травм головного мозга и их семьям; **профилактические программы** для общественности; **образование** для специалистов и всех пострадавших от черепно-мозговой травмы; и **юридическую поддержку** законов об охране труда и улучшение общественных услуг для оставшихся в живых.

BIA-MA сотрудничает с Реабилитационной комиссией штата Массачусетс (РКМ), Департаментом общественного здравоохранения (ДОЗ), Регистром транспортных средств (РТС), Исполнительного органа по делам пожилых людей (ИОДП) и другими ассоциациями, чтобы предотвратить травмы головного мозга и оказать услуги пострадавшим.

Проект поддерживается/ался Управлением ресурсными сервисами здравоохранения (УРСЗ) Департамента здравоохранения и социальных служб США (ЗСС) в рамках гранта H21MC26927: “Улучшение системы по уходу за пожилыми людьми с черепно-мозговой травмой”, на 1 миллион и 0 финансируется за счет неправительственных источников. Эта информация или содержание и выводы принадлежат автору и не должны быть истолкованы как официальная позиция или политика, не следует делать какие-либо выводы относительно УРСЗ, ЗСС или Правительства США.

Substance Abuse & Depression - Russian - May 2016

## Злоупотребление Алкоголем Или Наркотиками И Депрессии У Пожилых С Черепно-Мозговой



**Информация О Травме  
Головного Мозга У**

**844-839-7154 | [www.biama.org/elders](http://www.biama.org/elders)**



Выздоровление и жизнь с последствиями черепно-мозговой травмы может быть чрезвычайно сложной задачей. Черепно-мозговая травма может изменить жизнь человека навсегда. Люди с черепно-мозговой травмой часто страдают от депрессии или борются со злоупотреблением наркотическими веществами, что, возможно, было проблемой еще до черепно-мозговой травмы.

## Депрессия

Депрессия – это общее состояние, часто изнурительное и иногда со смертельным исходом. Среди людей с черепно-мозговой травмой депрессия еще более распространена, чем среди остального населения.

Исследования показывают, что черепно-мозговая травма значительно увеличивает вероятность того, что у человека будет развиваться депрессия. Для тех, кто пережил черепно-мозговую травму, обычные жизненные проблемы усугубляются депрессией.

*Люди, пережившие травмы головного мозга, могут быть подвержены повышенному риску суицида. Лица, которые страдают от депрессии, также подвержены большему риску самоубийства, и среди пожилых людей уровень самоубийств самый высокий.*

*-Американский фонд по предотвращению самоубийств*

## Признаки и симптомы

Разные люди испытывают депрессию по-разному. Некоторые чувствуют большую усталость или теряют аппетит, в то время как другие становятся агрессивными. Депрессия также может ухудшить когнитивные симптомы.

Физические симптомы:

- Изменения в характере сна
- Изменения аппетита
- Усталость

Эмоциональные симптомы:

- Сильная грусть
- Чувство беспомощности
- Раздражительность

Поведенческие изменения:

- Неспособность наслаждаться приятной деятельностью
- Изоляция от людей
- Отсутствие заботы о себе или невнимательность к внешнему виду

## Злоупотребление алкоголем или наркотиками

Злоупотребление такими веществами оказывает значительное влияние на жизнь человека. Исследования показывают, что злоупотребление при черепно-мозговой травме имеет большее негативное воздействие на мозг, чем в каждом отдельном случае.

На основе информации о том, как алкоголь и черепно-мозговая травма воздействуют на мозг, Американская Ассоциация лечения травм головного мозга пришла к выводу, что **не существует безопасного количества алкоголя для человека с черепно-мозговой травмой.**

Помимо юридических соображений, наркотики и алкоголь могут взаимодействовать с предписанными лекарствами и вызвать дополнительные проблемы. Прием отпускаемых по рецепту лекарств в больших количествах, чем предписано, является еще одной формой злоупотребления лекарствами.

## Лечение и восстановление

**Члены семьи и друзья** играют очень важную роль в оказании помощи человеку, находящемуся в депрессии или злоупотребляющему психотропными веществами. Они должны поддерживать, а не критиковать его. Например, они могут помочь получить информацию о ресурсах в обществе, поощрять человека сделать первый визит к врачу или принять участие в первой встрече, и предложить подвезти.

**Пережившие травму** обнаружили, что после черепно-мозговой травмы физические упражнения, такие как ходьба, помогают им чувствовать себя лучше. Другие полезные меры для уменьшения депрессии включают немедицинские, терапевтические подходы, такие как биологическая обратная связь, гипноз, массаж, йога, тай-чи, волонтерство, или другие структурированные мероприятия, такие как посещение курсов или церкви.

**Большинство врачей** считают, что методы, которые эффективны для лечения наркозависимости среди населения в целом, могут также сработать и для людей с черепно-мозговой травмой. Однако для удовлетворения потребностей людей с черепно-мозговой травмой могут быть необходимы особое внимание или жилищные условия. Общие подходы к лечению включают в себя мотивационные мероприятия, когнитивно-поведенческую терапию, группы поддержки или рецептурные препараты.

